



7月 第5週

2025年7月28日発行

本紙はおかやまコープの
組合員さんにお配りしております

おかやまコープ 検索

おかやまコープで
一緒に働きましょう!



生活協同組合おかやまコープ

正規職員募集中!

新卒採用・中途採用・限定職員採用 それぞれ募集中!

おかやまコープは岡山県内34万世帯の組合員さんの「暮らし」を支えています。直接人と関わることができ、地域に貢献できるお仕事です。

2024年度から勤務地域や職種を限定して働くことができる限定職の募集がスタートしました。勤務地は、自宅から通える、転居を伴わない範囲の職場です。

ホームページからご応募いただけます!

生活協同組合おかやまコープ 求人

検索



詳しくは
こちらをチェック!



おかやまコープ公式キャラクター
ももずきんにゃん

宅配からの
お知らせ

暮らしと生協 住まいの快適物語 冊子 秋号

●カタログを
無料でお届け
します。

カタログが必要な
方は、8月2回
OCR注文書「資料請求」欄に
注文数「1」とご記入ください。

●カタログお届けは
8月4週のお届けチラシセットにて
(8月25日～8月29日予定です)



お店からの
お知らせ

8/3(日)は ポイント5倍! 冷凍食品2割引!

8/5(月)は
コプカ特典
2倍チャージ
デー!

チラシのお知らせ

8/8(金)～8/12(火)

お盆準備&週末のごちそう

8/13(水)～8/15(金)

お盆のごちそう

お盆のごちそうや
手土産等、
ぜひコープのお店を
ご利用ください。



コープ総社東休業に関するお知らせ

コープ総社東およびコープ総社東に入店しているテナント各店は、2023年8月の火災以降、休業しております。あわせて、会議室などの店舗施設やサービスのご利用も中止しております。

長期間にわたり皆さまにご不便とご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫言申し上げます。

コープ総社東は、建物解体工事が終了し、各種申請及び建物建設の準備をすすめており、2025年度下期中の営業再開を目指しております。

新店となるコープ総社東は皆さまのご期待に応えるべく、暮らしに欠かせない生鮮食品の品揃えをさらに充実させ、人気のコープ商品や地域産品を積極的に取り入れ、地域に密着したより快適なお買い物を楽しんでいただける店舗を目指します。

今後の営業再開等の情報は、ホームページや機関誌「暮らしとなかま」等でお知らせしてまいります。

(公財)おかやま環境ネットワーク

大野川・夏休み川あそび

清流大野川で川あそびをします。

魚を採る網・バケツ・カゴなどがあればご持参ください。

要申込

日時 8月23日(土) 9:15集合～12:00終了予定

集合 大野公会堂(岡山市北区御津虎倉大野地区)周辺河川敷

参加費 無料、お弁当700円/食(要事前予約)

定員 子ども30名(5歳児以上・必ず保護者同伴)

※応募者多数の場合は、抽選(2025年度おかやま環境ネットワーク個人会員優先)。
参加の可否は、メール等でご連絡。

申込 企画名、代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号・メールアドレスと
参加者全員の氏名・年齢、お弁当の注文数を、Eメール・FAXのいずれか
で8月10日(日)までにお申し込みください。

その他 少雨決行。

こちら
からも▼



●お申し込み/公益財団法人おかやま環境ネットワーク

〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7(オルガ6階) Fax:086-256-2565

E-mail:kankyounet@okayama.coop 携帯電話:070-2355-1420

※お寄せいただく個人情報は当財団の事業案内以外の使用や第三者への開示などとは行いません。

新 サービス始めました

蛇口/トイレ/キッチン/お風呂/排水管/給湯器などの

水のトラブル 解決します!

水漏れ・つまり・破損 など



イースマイルBizとの提携により
おかやまコープの組合員様に
ご案内しています。(コープピーアンドエス)

緊急時水のトラブル全般は
こちらへ

見積り
無料

土日祝
割増料金
なし

0120-78-78-78

水道局指定工事店

イースマイルBiz

24時間受付 年中無休

※19:00～8:00は電話受付のみとなります。

おかやまコープ組合員様なら

組合員割引

5%OFF



お電話の際、かならず
「サービスコード:
24101です」と
お伝えください

危険 熱中症に気をつけよう!!



暑い日が続いていますね。今後もまだまだ暑いことが予想されます。引き続きしっかり対策をして熱中症にならないよう注意しましょうね。



対策1 暑さに負けない体づくり

対策2 暑さに対する工夫

☀ 水分をこまめにとろう

のどが渴いていなくても、こまめに水分をとみましょう。水やお茶のほか、スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料は水分の吸収がスムーズにでき、汗で失われた塩分の補給にもなります。



☀ 塩分をほどよくとろう

過度に塩分をとる必要はありませんが、毎日の食事を通してほどよく塩分をとみましょう。大量の汗をかくときは特に塩分補給を。

☀ 睡眠環境を快適に保とう

通気性や吸水性の良い寝具やエアコン、扇風機を適度に使用して睡眠環境を整えましょう。寝ている間の熱中症を防ぐと同時に、日々ぐっすり眠ることで翌日の熱中症も予防しましょう。

☀ 丈夫な体をつくろう

バランスの良い食事やしっかりとした睡眠をとり、丈夫な体をつくりましょう。体調管理をすることで熱中症にかかりにくい体づくりが大切です。

☀ 気温と湿度をいつも気にしよう

自分のいる環境の気温や湿度をいつも気にしましょう。屋内では日差しを遮ったり風通しを良くしたりして、気温や湿度が高くなるのを防ぎましょう。

☀ 室内を涼しくしよう

扇風機やエアコンで室温を適度に下げましょう。過度の節電や我慢は禁物です。

☀ 日差しをよけよう

帽子や日傘で直射日光をよけましょう。頭部が熱くなるのを防ぎ、汗をかく量も減ります。

※ほかにも通気性の良い衣服を選んだり、冷却シートなどの冷却グッズを使ったりすることも有効です。少しでも快適に過ごせるよう、工夫しましょう。

暑くて食欲のない時、フリーズドライのスープはいかがですか？

フリーズドライのスープを少な目のお湯で溶き、氷を入れると冷たくて食べやすくなります。そのまま食べても美味しいですが、ご飯や茹でたそうめんを入れても美味しく食べられます。

最近の私のお気に入りには「4種野菜と完熟トマトのミネストローネ」。皆さんもお気に入りを見つけてね。

手軽にとれる



お湯を注ぐだけで調理中も暑くない

元気に夏を乗り切ろう!!

このページに関してのお問い合わせは エリア事務局 TEL (086) 256-2677 FAX (086) 256-2585 (月～金曜9:00～17:00)



宅配・店舗共に殿堂入り商品!!



CO・OPたこ焼

おすすめポイント

かつおの風味としょうがを効かせ、なめらかな食感に仕上げたたこ焼。

中はとろ〜り、なめらかな食感で、かつおとしょうがの風味がおいしさを引き立てます。そのままでも、ソースやマヨネーズをつけてもおいしく召し上がれます。おやつや昼食にどうぞ。



組合員さんのおすすめの声

久しぶりにCO・OPのたこ焼を買って孫の昼食に用意した。孫に「おいしかったからまた頼む」と言われたので何日かして残っていたたこ焼を中華スープの中に入れてチャーハンと一緒に出してみたら良かったみたい。



kumiさん